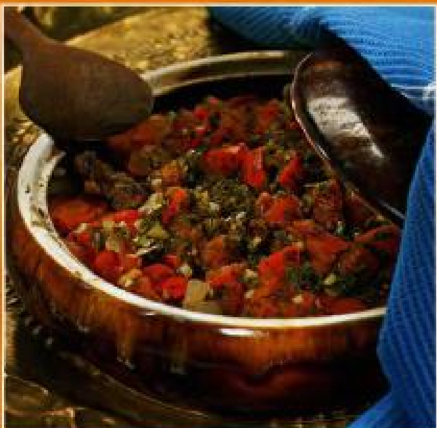
ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№21 (143) ноябрь 2009

журнал для тех, кто любит готовить

















■ сырные шарики с морковью и орехами ■ салат полковничий ■ суп из копченой трески и цветной капусты ■ чанахи ■ перловка с копчеными колбасками и грибами ■ цыпленок «ала дьяболо» ■ чечевичный суп с томатами ■ рыбная запеканка с картофелем и шпинатом ■ зеленые равиоли с тыквенной начинкой ■ хлеб с тыквой и зеленым луком ■ бискотти с орехами ■ сметанно-творожный торт с черносливом ■ суфле из бананов и ананасов ■ десерт из апельсинов и грейпфрутов ■ яблочное варенье с грецкими орехами ■ чай с черносливом

www.gastronom.ru
ISSN 1728-6948

Дорогие друзья!

Чем холоднее на улице, тем больше хочется чего-нибудь горячего. Мы постарались сделать этот выпуск «Школы гастронома» именно таким, сытным, согревающим. Надеемся, что вам понравится рецепт чанахи, грузинского блюда из баранины и овощей. Обязательно воспользуйтесь нашей рекомендацией и приготовьте его в глиняной посуде – будет совсем другой вкус! Цыпленок по итальянскому рецепту хоть и называется «дьявольским» за его якобы остроту, на самом деле не такой уж и острый, а просто очень вкусный и ароматный. Ну а зеленые равиоли с тыквенной начинкой – гвоздь сезона или, как говорят наши повара, «бомба»! Приготовьте их обязательно!

Желаем успехов.

Ваша редакция







условные обозначения

- вегетарианское питание
- блюда, которые подходят для детей **
- легкие рецепты
- рецепты средней сложности
- рецепты для опытных кулинаров
- M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи
- Maggi блюдо, приготовленное с помощью продуктов МАГГИ®
- Данакор рецепты с низким содержанием холестерина
- * полезный совет

**Нас часто спрашивают, можно ли давать детям блюда, приготовленные с использованием алкоголя. Все зависит от рецепта. Если это замаринованное в вине и водке мясо, которое затем запекается в духовке в течение 2 ч, то безусловно можно. За два часа от алкоголя останется только приятный аромат. Если же это пропитанные коньяком или портвейном бисквитные коржи, то такой торт стоит предлагать только взрослым.

содержание


СПОНСОР РЕЦЕПТА
Milkana

сырные шарики с морковью и орехами



ЧТО НУЖНО:

- **125 г** мягкого сыра с душистыми травами **«Милкана»**
- **150 г** творога
- **2 ст. л.** сметаны
- **3** средние морковки
- **10** оливок без косточек
- **4** веточки петрушки
- **50 г** кешью
- • горсть свежих крошек белого хлеба

Время подготовки: 1 час 15 мин.
Приготовления: 25 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 С сыра срезать тонкую белую корочку. Смачивая нож водой, нарезать сыр маленькими кусочками.

2 Положить нарезанный сыр, творог и сметану в чашу блендера. Взбить в однородную массу. Переложить в миску.

3 Две морковки очистить и натереть на мелкой терке, слегка отжать. Оливки мелко порубить.

4 Добавить морковь и оливки в сырно-творожную массу, перемешать, накрыть пищевой пленкой и поставить в холодильник на 1 ч.

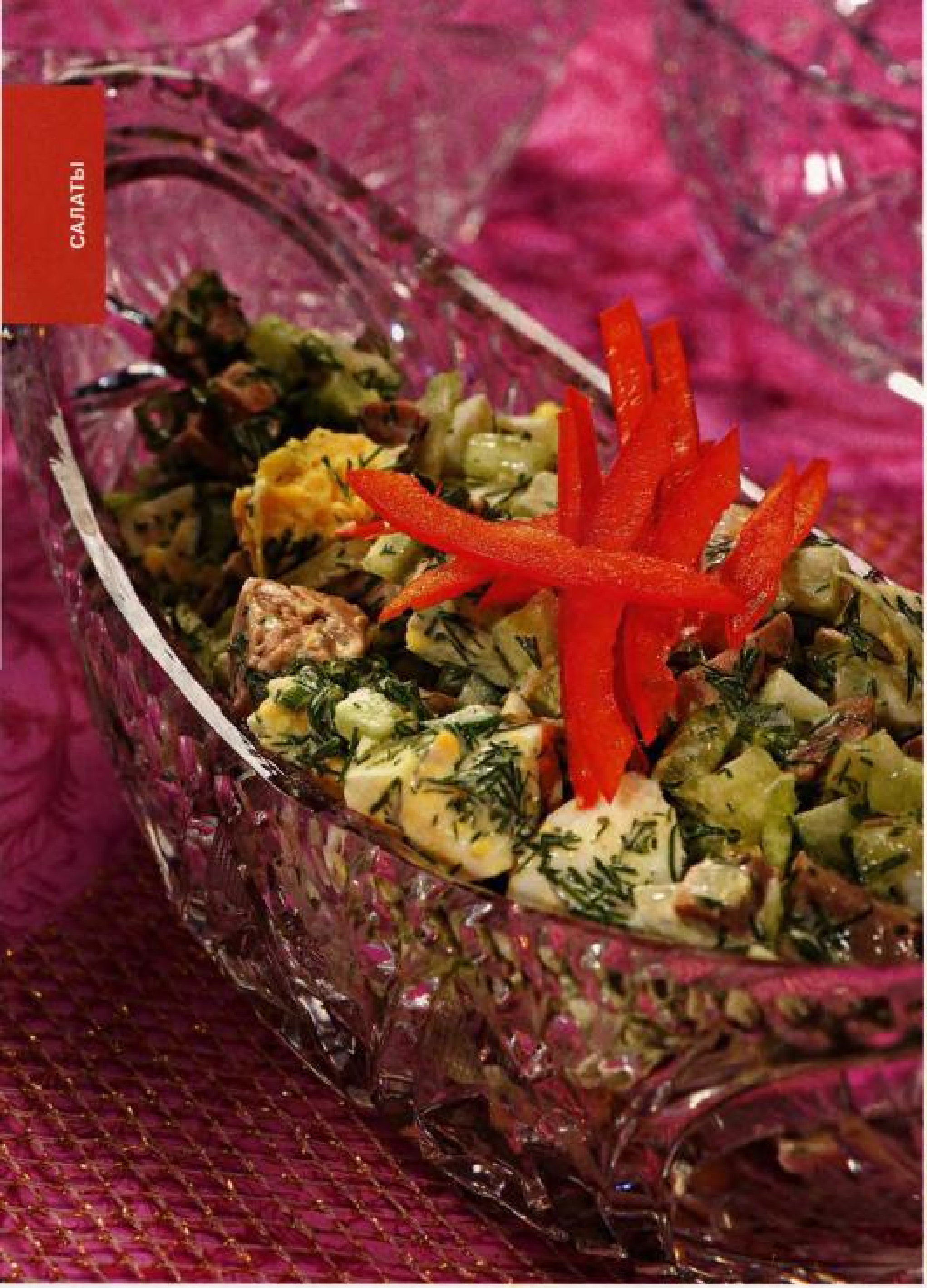
5 Из охлажденной массы скатать влажными руками шарики диаметром примерно 3 см.

6 Петрушку вымыть, обсушить и измельчить. Орехи порубить в крошку. Смешать в миске хлебные крошки, орехи и зелень. Высыпать получившуюся панировку на плоское блюдо. Обвалять сырные шарики в смеси орехов и зелени. Поставить в холодильник минимум на 1 ч. Очистить оставшуюся морковь и с помощью овощечистки нарезать из нее тонкие широкие ленты. Шарики выложить на блюдо, украсить лентами из моркови.

КСТАТИ

Сырные шарики – быстрая и оригинальная закуска, но как много зависит от сыра, который вы для нее выберете! Мягкий сыр «Милкана» идеально подходит для этого блюда. Его нежный сливочный вкус и тонкий аромат трав прекрасно сочетаются со свежими овощами, напоминая о лете.





салат полковничий





ЧТО НУЖНО:

- **200 г** печени трески в масле
- **2** свежих огурца
- **1** черешок сельдерея
- **1** яйцо, сваренное вкрутую
- **2** побега зеленого лука
- **2** веточки укропа

Время приготовления: 10 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Печень трески выложить на бумажные полотенца и дать обсохнуть.

2 Огурцы, сельдерей, лук и укроп вымыть, обсушить. Сельдерей мелко нашинковать. Огурцы и яйцо нарезать кубиками. Зелень измельчить.

3 В миске размять печень трески вилкой. Добавить яйцо, огурцы, сельдерей и зелень. Перемешать.



Calvé

когда вкусно по-настоящему!



Классика всегда в моде!

Когда Вы готовите для близких и друзей, важно, какой майонез Вы выбираете, ведь от этого зависит вкус еды. **Майонез Calve Классический** мягко подчеркнет вкус Ваших любимых блюд, а его консистенция идеально подойдет ко всему, что бы Вы ни готовили.

Приготовление пищи – это творческий процесс. И чтобы блюдо приобрело тот самый неповторимый вкус, необходимо так подобрать все ингредиенты, чтобы они «зазвучали» в единой симфонии. **Майонез Calve Классический** – идеальный компонент, который прекрасно сочетается как с овощами, так и с мясом. Он поможет раскрыть богатый вкус других ингредиентов и сделает любое Ваше блюдо настоящим кулинарным шедевром.



Рецепты от шеф-повара компании «Юнилевер Русь» Константина Оганезова. Специально для торговой марки Calve





Печёный карп с овощами

Очистить карпа от чешуи и внутренностей. Смешать майонез с мелко нарезанным чесноком и имбирем. Обмазать рыбу получившимся соусом из майонеза, имбиря и чеснока. На бумагу для запекания выложить нарезанные овощи и рыбу. Аккуратно завернуть бумагу и запекать в духовом шкафу 45 мин. при температуре 190 градусов

Ингредиенты (на 4 порции):

- Карп — 1шт.
- Чеснок — 4 зубчика
- Имбирь — 30 г
- Морковь, стебель сельдерея по 100 г
- Майонез Calve Классический — 200 г

Филе сельди с картофельным салатом

Нарезать очищенное филе маринованой сельди на одинаковые кусочки. Картофель отварить в мундире до готовности. Свеклу варить до готовности с семенами кориандра и тмина. Порезать овощи на кусочки. Картофель смешать с майонезом и мелко рубленным луком. Выложить свеклу на тарелку, поверх картофель и очищенную сельдь. Украсить майонезом

Ингредиенты (на 4 порции):

- Филе маринованной сельди — 1 шт.
- Картофель — 200 г
- Свекла —100 г
- Луковица — 1 шт.
- Листья салата — 40 г
- Майонез Calve Классический — 100 г



СПОНСОР РЕЦЕПТА
Данакор

суп из копченой трески и цветной капусты













ЧТО НУЖНО:

- **500 г** трески горячего копчения
- **1** средний кочан цветной капусты
- **4** средние картофелины
- **1** луковица
- **2** черешка сельдерея
- **2** зубчика чеснока
- **50 мл** растительного масла
- **1 л** овощного бульона
- щепотка кайенского перца
- соль по вкусу

Время приготовления: 1 час
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Треску нарезать небольшими кусочками, тщательно удалив все косточки и кожу. В кастрюле вскипятить бульон, положить треску и варить 3 мин. Снять с огня, шумовкой переложить куски рыбы на блюдо и отставить.

2 Картофель, лук и чеснок очистить. Картофель нарезать небольшими кубиками, лук полукольцами, чеснок измельчить. Сельдерей и цветную капусту вымыть. Сельдерей тонко нарезать, капусту разобрать на небольшие соцветия.

3 Разогреть в чистой кастрюле масло. Положить лук, сельдерей и чеснок. Обжарить на среднем огне, время от времени помешивая, 10 мин. Добавить кайенский перец, перемешать и готовить еще 1 мин.

4 Влить в кастрюлю с овощами бульон, в котором варилась копченая треска, довести до кипения.

5 Добавить картофель и цветную капусту, приправить солью и готовить на среднем огне 20 мин.

6 Добавить в суп отложенную рыбу. Прогреть, не доводя до кипения, 5 мин. Разлить по тарелкам.
Суп можно подать с мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки.


Campbell's®
Домашняя Классика®
Привычное по-новому: суп за 30 минут на бульоне Campbell's!
СУП С ЗЕЛЕНОЙ И КРАСНОЙ ФАСОЛЬЮ
На 4 порции Вам потребуется:
• 1 упаковка (375 г) говяжьего бульона Campbell's Домашняя Классика
• 2 средние картофелины
• 150 г зеленой стручковой фасоли
• 1–2 листика сельдерея или 1 ст. ложка рубленой зелени петрушки
• 1/2 баночки консервированной красной фасоли (200 г)
Campbell's
Домашняя Классика
говяжий
бульон



1 Наливаем говяжий бульон Campbell's Домашняя Классика

Это насыщенный бульон, приготовленный из 100% натуральных ингредиентов по особой бережной технологии без консервантов. Бульон разработан совместно с Институтом питания РАМН и содержит натуральный источник йода.



2 Добавляем 750 мл воды и доводим до кипения

Получаем 1,1 л готового бульона с кусочками говядины, морковью, луком и зеленью – это идеальная основа для Вашего супа.



3 Добавляем овощи, варим

- Картофель вымойте, очистите и разрежьте каждый клубень на шесть частей. Зеленую фасоль вымойте, переберите, удалите волокнистые кончики и разрежьте стручки на кусочки 2,5 см.
- Положите в кипящий бульон картофель, вновь доведите до кипения и варите 5 минут.
- Добавьте в кастрюлю зеленую фасоль и мелко нарезанные листики сельдерея.
- Варите суп 10–12 минут или до тех пор, пока картофель и зеленая фасоль не станут мягкими. В последнюю очередь положите консервированную фасоль (без жидкости). Доведите суп до кипения и снимите кастрюлю с огня.



4 Получаем **4 тарелки** домашнего супа

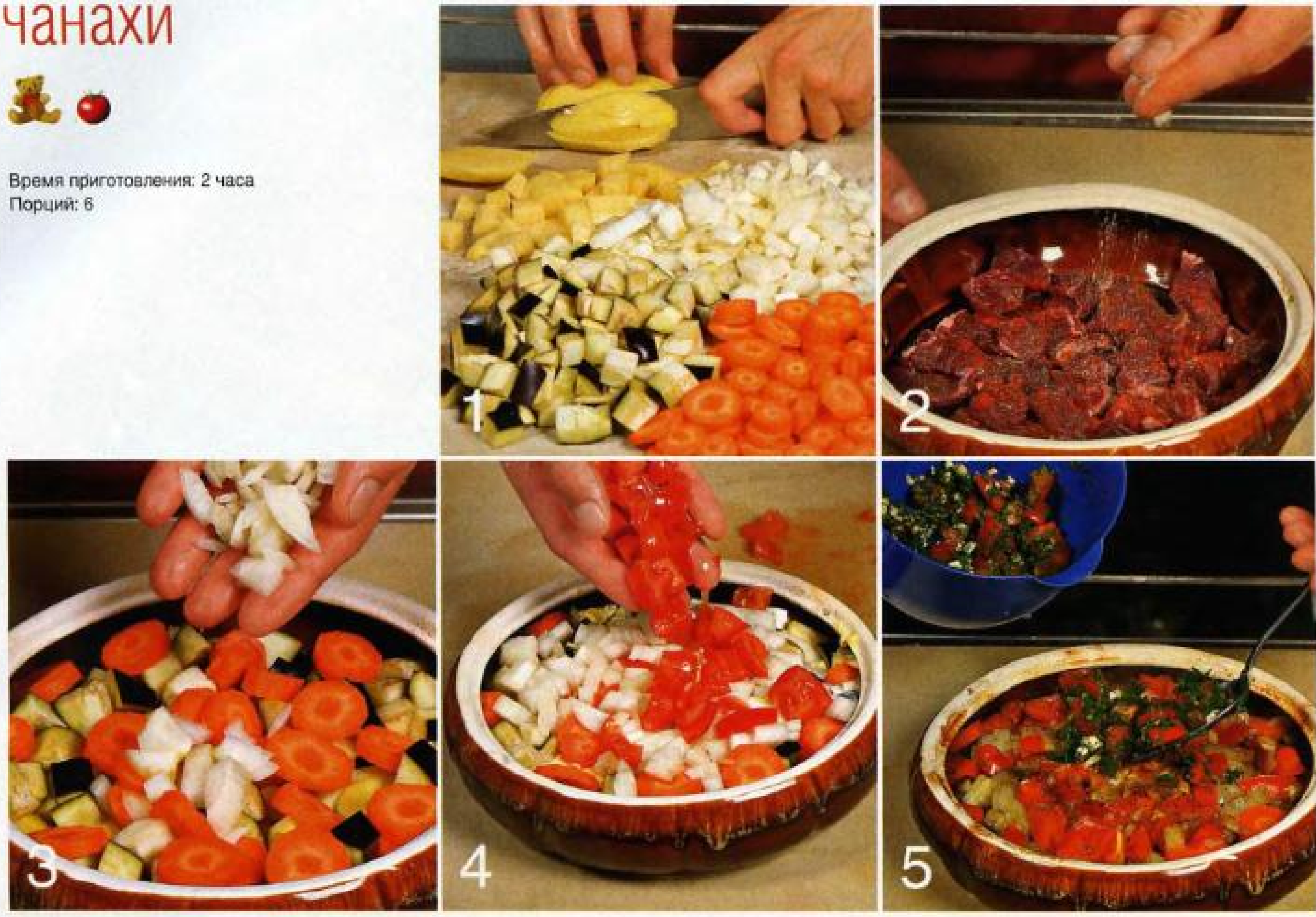
Подавайте со сметаной и свежей зеленью кинзы.

По душе и на пользу



чанахи

Время приготовления: 2 часа
Порций: 6



ЧТО НУЖНО:

500 г	баранины
5	картофелин
5	помидоров
1	баклажан
3	морковки
2	луковицы
5	зубчиков чеснока
100 мл	белого сухого вина
300 мл	овощного бульона
1	лавровый лист
по 3	веточки укропа и петрушки
1 ч. л.	молотой паприки

ЧТО ДЕЛАТЬ:

Чанахи – это и блюдо грузинской кухни из баранины с овощами, и название глиняной посуды, в которой его готовят. В Грузии в это блюдо, помимо прочего, кладут каштаны. Если вам удалось их купить или собрать, используйте их вместо картофеля – вам потребуется примерно 20 штук. На каштанах нужно предварительно сделать крестообразный надрез, разложить их на противне и поставить в разогретую до 180–200 °С духовку. Как только услышите потрескивание, вынимайте. Дайте каштанам остыть, затем очистите их от скорлупы.

1 Баклажан и помидоры вымыть, нарезать кубиками. Картофель, морковь, лук и чеснок очистить. Картофель и лук нарезать кубиками, морковь – кружками. Чеснок раздавить.

2 Мясо вымыть, обсушить и нарезать небольшими кубиками, уложить на дно горшка или керамической формы с крышкой, посолить и поперчить.

3 Поместить на мясо картофель, баклажаны, морковь и лук.

4 Сверху выложить половину нарезанных помидоров и половину раздавленного чеснока. Посолить, влить бульон. Накрыть крышкой и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 1,5 ч.

5 Петрушку и укроп вымыть, обсушить и измельчить, перемешать с оставшимися помидорами и чесноком, добавить в форму. Влить белое вино. Положить лавровый лист. Приправить паприкой и вернуть в духовку еще на 15 мин.



перловка с копчеными колбасками и грибами

ЧТО НУЖНО:

- **2** стакана перловки
- **4** тонкие полоски бекона
- **400 г** копченых колбасок
- **70 г** сушеных лесных грибов
- **1** луковица
- **2 ст. л.** растительного масла
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час 50 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы вымыть и замочить в 1 стакане горячей воды. Через 15 мин. отбросить грибы на дуршлаг крупно нарезать, грибной настой процедить.



2 Крупу высыпать в мелкое сито и тщательно промыть в нескольких водах. В большой кастрюле вскипятить немного воды, поместить сверху сито с перловкой, накрыть крышкой и оставить на среднем огне на 20 мин. Вскипятить 4 стакана воды, добавить щепотку соли, 1 ст. л. растительного масла и распаренную перловку. Довести до кипения, уменьшить огонь и варить 20 мин. Отбросить перловку на дуршлаг

3 Бекон нарезать небольшими кусками, колбаски кружками. Лук очистить, измельчить.

4 Обжарить бекон в большой кастрюле на разогретом растительном масле, 3 мин. Добавить лук и грибы, жарить 6 мин. Затем положить колбаски, перемешать и готовить еще 4 мин.

5 Добавить в кастрюлю перловку. Перемешать.

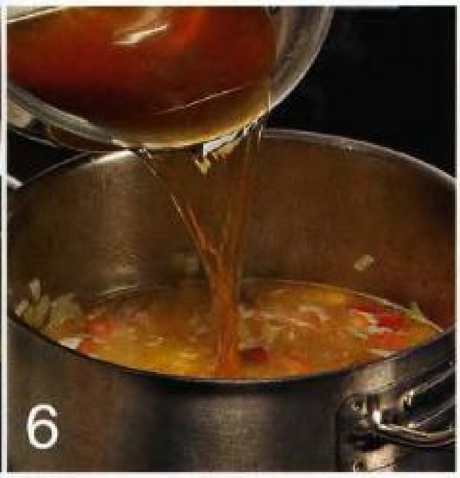
6 Грибной отвар довести до кипения, влить в кастрюлю с перловкой, закрыть крышкой и томить на небольшом огне 1 ч. После того как вы добавили грибной отвар, кашу можно разложить по порционным горшочкам и поставить на 1 ч. в разогретую до 160 °С духовку.







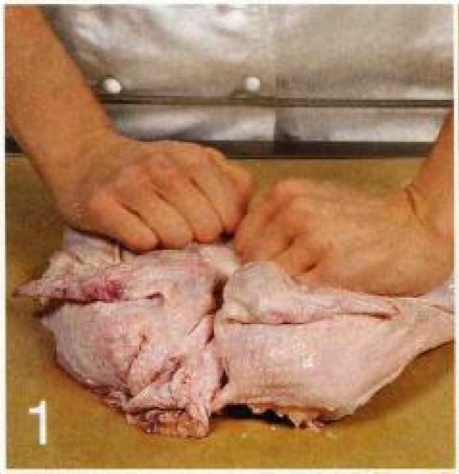






цыпленок «ала дьяболо»

Время подготовки: 1 час 10 мин.
Приготовления: 1 час
Порций: 6–8













ЧТО НУЖНО:

- **1** цыпленок весом 1,5 кг
- **170 мл** оливкового масла
- **2** лимона
- **3** небольших красных перчика чили
- **2** небольшие луковицы
- **2** зубчика чеснока
- **1** пучок петрушки
- **2,5 ст. л.** сливочного масла
- • соль по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Цыпленка вымыть, обсушить. С помощью ножниц для птицы разрезать грудную кость посередине. Положить цыпленка на разделочную доску спинкой вверх и с силой нажать на него, так, чтобы цыпленок стал достаточно плоским.

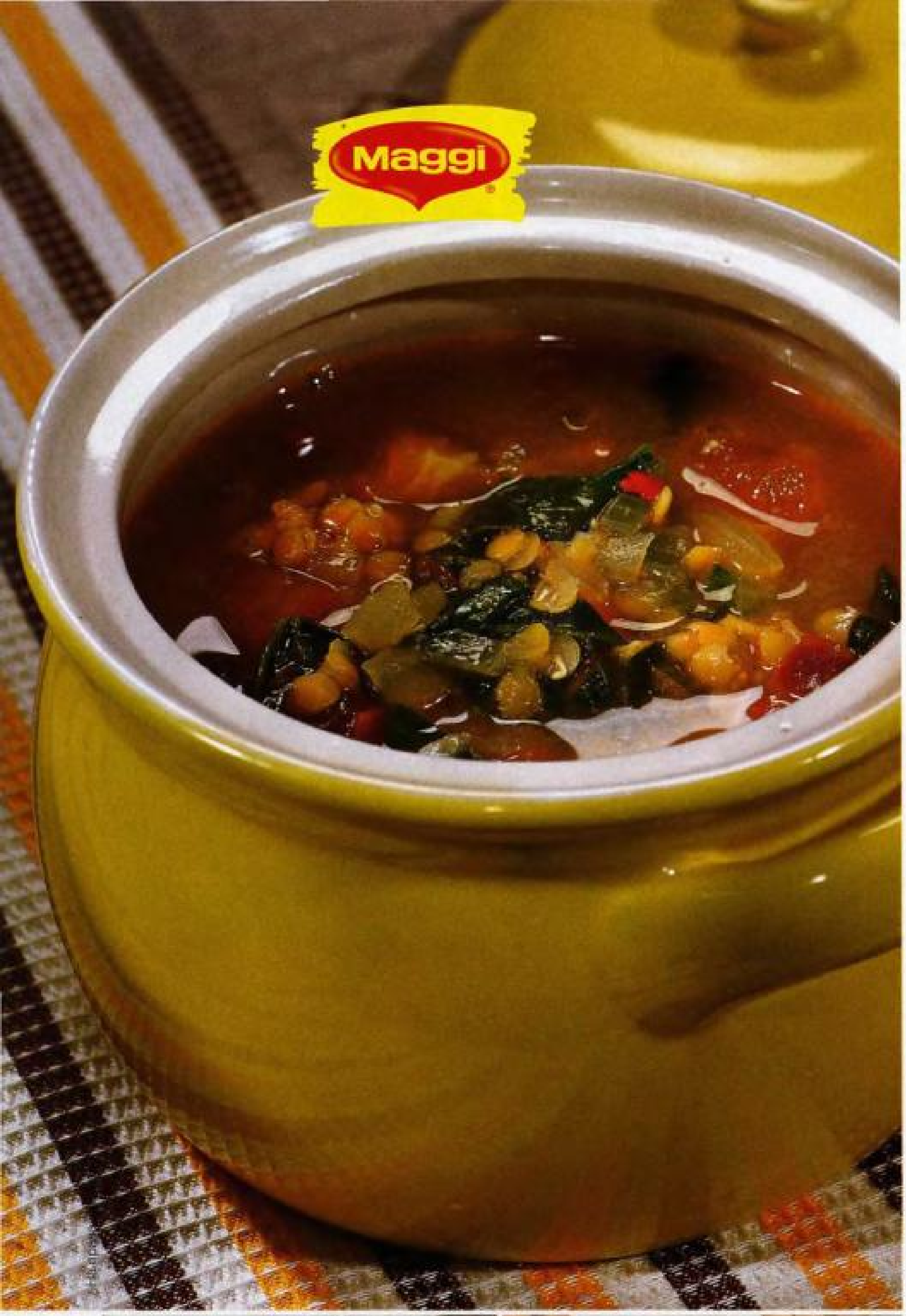
2 Перчики чили вымыть и измельчить, удалив семена. Из 1 лимона выжать сок. Смешать в большой миске оливковое масло с лимонным соком и чили, посолить.

3 Положить цыпленка в плоскую форму, обмазать половиной получившегося маринада, накрыть пищевой пленкой и поставить в холодильник на 30 мин. Затем перевернуть цыпленка на другую сторону, обмазать оставшимся маринадом и вернуть в холодильник еще на 30 мин. Разогреть большую сухую сковороду. Цыпленка вынуть из маринада и, не вытирая, обжарить на сковороде, по 6 мин. с каждой стороны. Переложить в невысокую форму для запекания.

4 Лук и чеснок очистить, крупно нарезать. Петрушку вымыть, обсушить. Измельчить в блендере лук, чеснок и петрушку. Добавить сливочное масло и взбить в однородную массу.

5 Распределить смесь зелени и масла по всей поверхности цыпленка. Поместить форму с цыпленком в разогретую до 200 °С духовку на 35 мин.

6 Оставшийся лимон нарезать кружками толщиной 1 см и обжарить на той же сковороде, где жарился цыпленок, по 30–40 сек. с каждой стороны. Подать к цыпленку.



чечевичный суп с томатами

ЧТО НУЖНО:

2 ст. л. **МАГГИ® ЗАЖАРКИ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ**
180 г розовой чечевицы
200 г помидоров
1 л овощного бульона
по 2 луковицы и 2 зубчика чеснока
150 г шпината
2 ст. л. растительного масла

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Чечевицу отварить в бульоне до мягкости, 20 мин.

2 Измельченные лук и чеснок обжарить в разогретом масле, 5 мин. Добавить мелко нарезанные помидоры и готовить еще 10 мин. Выложить овощи в бульон с чечевицей.

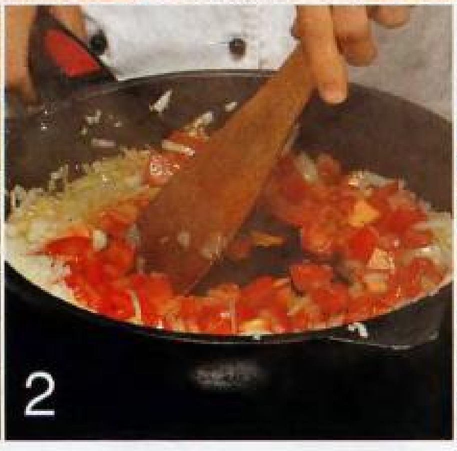
3 Добавить **МАГГИ® ЗАЖАРКУ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ** и нарезанный шпинат. Довести до кипения и варить 3–4 мин.



СОВЕТ ОТ МАГГИ®:

В суп можно добавить мелко нарезанный стебель сельдерея, а при подаче посыпать измельченными мятой и базиликом.

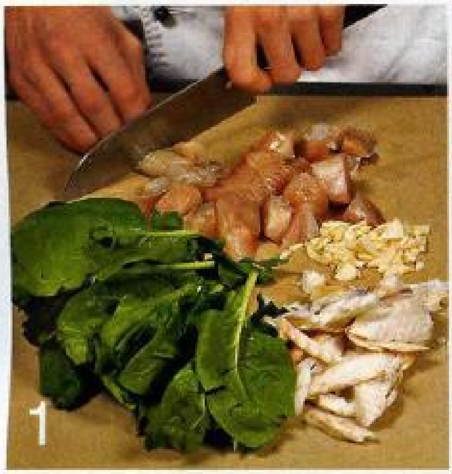








Вкус, которому улыбнутся близкие
Maggi
Мамочка! А можешь нам приготовить целое МОРЕ подливы?
Какое блюдо обрадует каждого — и взрослого, и ребенка? Конечно, блюдо с подливой! С ДОМАШНЕЙ ПОДЛИВОЙ МАГГИ®! Такой вкусной, такой аппетитной! Просто добавьте ПОДЛИВУ и воду к обжаренному мясу, ежикам, котлетам или тефтелям и тушите до готовности.
Гарантируем — на тарелках не останется ни капли!
Maggi
Домашняя Подлива
Золотистая
Maggi
Домашняя Подлива
мясная

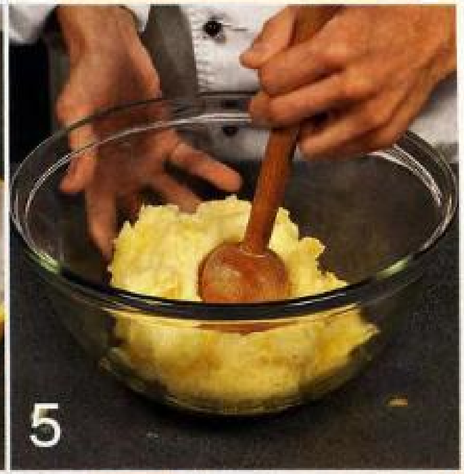






рыбная запеканка с картофелем и шпинатом





ЧТО НУЖНО:

- **400 г** филе судака
- **400 г** филе трески горячего копчения
- **500 г** картофеля
- **500 г** шпината
- **2** зубчика чеснока
- **4** яйца
- **100 г** свежих хлебных крошек
- **150 мл** сметаны
- **200 г** сыра эмменталь
- **1 ст. л.** сливочного масла
- **1 ст. л.** растительного масла
- молотый мускатный орех на кончике ножа
- соль, перец по вкусу

Время приготовления:1 час 15 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Картофель очистить, опустить в кипящую подсоленную воду и варить до готовности. Воду слить. Кастрюлю с картофелем накрыть крышкой и поставить на небольшой огонь на 1 мин. Чеснок очистить и измельчить. Шпинат вымыть, обсушить. Филе судака вымыть, нарезать небольшими кусками. Такими же кусками нарезать треску.

2 Разогреть в сковороде сливочное масло, положить чеснок и обжаривать 2 мин. Выложить шпинат, готовить 1 мин. Шпинат должен стать мягким, но при этом сохранить форму.Снять с огня, приправить солью, перцем и мускатным орехом. Перемешать.

3 Выложить шпинат ровным слоем в форму для запекания. Сделать в слое шпината 4 углубления и влить в них яйца.

4 Разложить сверху кусочки сырой и копченой рыбы. Взбить сметану с солью и перцем, выложить поверх рыбы.



5 Картофель истолочь в грубое пюре. Сыр натереть на крупной терке. Смешать картофель с хлебными крошками, сыром и растительным маслом.

6 Положить получившееся пюре сверху на рыбу, разровнять поверхность. Поставить в разогретую до 180 °С духовку на 40 мин. Если верх запеканки начнет пригорать, накрыть ее листом фольги.



зеленые равиоли с тыквенной начинкой

ЧТО НУЖНО:

- **1** стакан муки
- **2** яйца
- • щепотка соли
- **3 ст. л.** измельченной кинзы

Для начинки:

- **450 г** мякоти тыквы
- **4** зубчика чеснока
- **100 г** нежирного творога
- **1** желток
- • растительное масло
- • соль, перец

Время приготовления: 40 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В большую миску просеять муку со щепоткой соли. Добавить яйца, измельченную кинзу и перемешать. Выложить тесто на присыпанную мукой рабочую поверхность. Вымешивать не менее 5 мин. Скатать тесто в шар, завернуть в пищевую пленку и положить в холодильник на 20 мин.

2 Тыкву нарезать небольшими кусочками, удалив кожуру и семечки с волокнами. Неочищенный чеснок и тыкву положить в форму с невысокими бортиками или на противень, сбрызнуть небольшим количеством растительного масла, накрыть фольгой и поставить в разогретую до 200 °С духовку на 15 мин. Вынуть, дать остыть.

3 Размять тыкву пестиком. Выдавить из шелухи чесночное пюре. Перемешать, добавить творог приправить солью и перцем. Перемешать до однородной массы.

4 Тесто раскатать в очень тонкий пласт и нарезать длинными полосками шириной 10 см.

5 Разложить начинку по одной стороне каждой полосы теста на расстоянии 5 см друг от друга, по 1 ч. л. Смазать края теста желтком. Сложить полосы теста вдвое, закрыв начинку.

6 Нарезать полоски с начинкой квадратами. Прижать края равиоли руками. Вскипятить в кастрюле подсоленную воду. Порциями отварить равиоли до готовности (как только равиоли будут готовы, они всплывут на поверхность).



хлеб с тыквой и зеленым луком

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 8









ЧТО НУЖНО:

100 г	пшеничной муки
175 г	кукурузной муки
1 ст. л.	разрыхлителя
1 ст. л.	сахара
250 г	мякоти тыквы
1	пучок зеленого лука
200 мл	молока
2	яйца
4 ст. л.	растительного масла
0,5 ч. л.	соли

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Тыкву натереть на терке, лук измельчить, сложить в миску. Влить молоко, перемешать. Добавить просеянную пшеничную муку, соль, разрыхлитель, кукурузную муку и сахар. Перемешать.

2 Яйца взбить с маслом и добавить в смесь. Вымесить однородное тесто.

3 Форму для выпечки щедро смазать маслом. Выложить тесто и поставить в разогретую до 200 °С духовку на 30 мин. Вынуть из духовки и оставить в форме еще на 10 мин. Подавать теплым.

Энергичный подход



За прошедший рабочий день Вы успели решить пару десятков важных вопросов и найти выходы из дюжины сложных ситуаций... А вечером так хочется быть бодрой и веселой, приготовить вкусный ужин, проверить домашнюю работу ребенка и обсудить семейные дела с мужем. Чувствуете, что Вам нужен дополнительный источник энергии? Значит пора воспользоваться проверенным способом — заварить чашечку бодрящего черного чая Brooke Bond. Комплекс природных веществ, содержащихся в чае, способствует быстрому повышению жизненного тонуса и восстановлению сил.

Зарядившись энергией, можно приступать к приготовлению ужина. Осталось только выбрать рецепт, который позволит продемонстрировать кулинарные способности и удивить родных. Специально для Вас шеф-повар Михаил Кормилицын делится секретом, как приготовить спагетти с семгой и болгарским перцем под соусом бешамель.



Согласитесь, приятно слышать от родных слова восхищения и благодарности. А добиться этого так просто — нужно чаще баловать их приятными сюрпризами. С рецептами от опытного шеф–повара и зарядом энергии, которую Вам подарит чашечка бодрящего черного чая Brooke Bond, Вы сможете радовать своих близких гораздо чаще!

Спагетти с семгой и болгарским перцем под соусом бешамель

Ингредиенты на 4 порции:

Спагетти – 250 г
Оливковое масло – 3 ст. л.
Филе свежей семги – 200 г
Репчатый лук – 1 шт.
Болгарский красный перец – 1 шт.
Болгарский желтый перец – 1 шт.
Тертый сыр – 20 г
Сливочное масло – 20 г
Лимон – ½ шт.
Зелень для декора

Для соуса бешамель:

Масло сливочное – 3 ст. л.
Мука – 2 ст. л.
Сливки – 2 стакана
Соль, перец – по вкусу

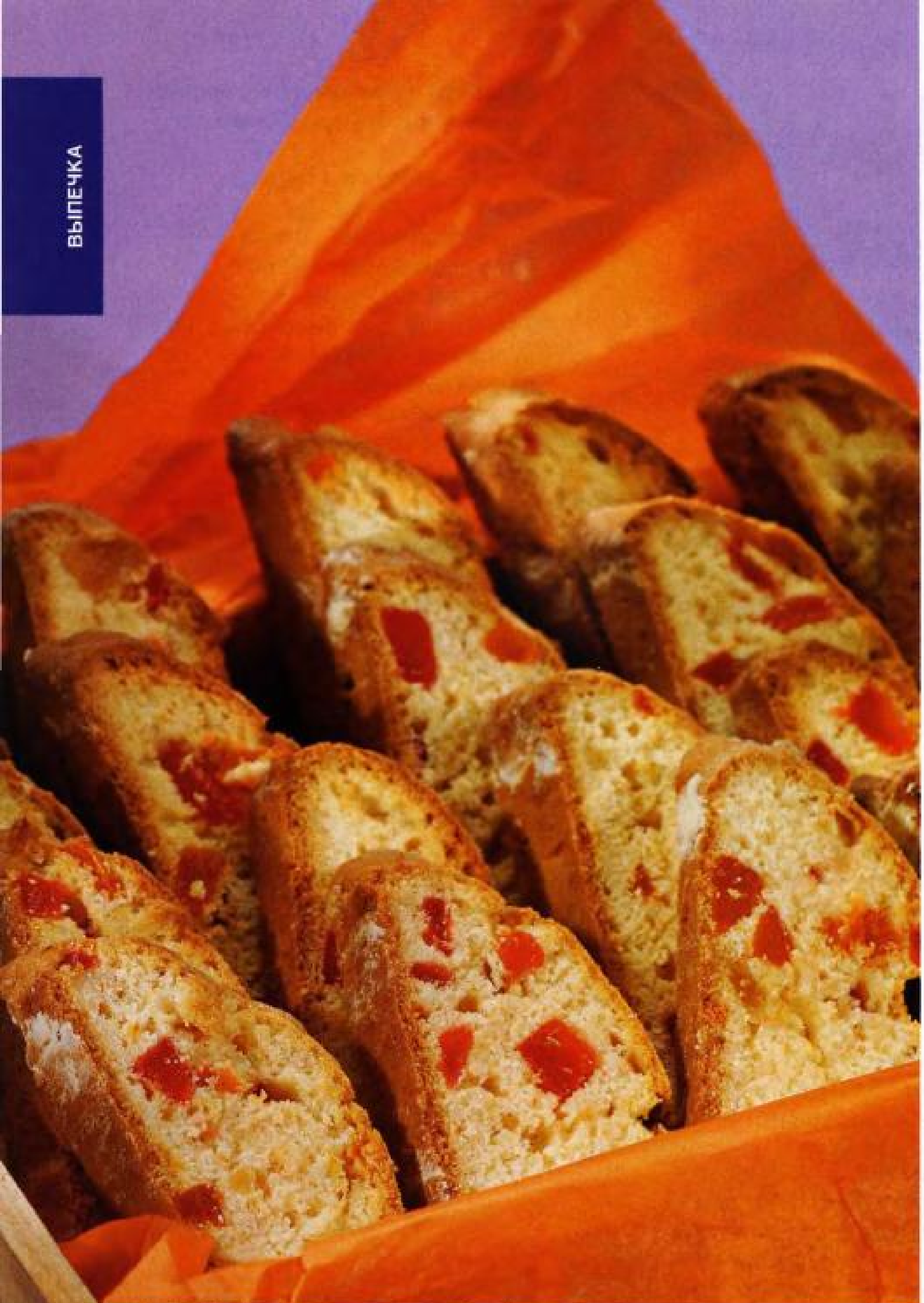
Способ приготовления:

Для приготовления соуса растопите на сковороде сливочное масло, добавьте муку и размешайте деревянной лопаточкой. После этого аккуратно влейте сливки, интенсивно помешивая. Доведите смесь до кипения и, продолжая помешивать, кипятите 2 минуты. В загустевший соус добавьте соль и перец.

Овощи и семгу нарежьте кубиками, слегка обжарьте на оливковом масле, затем добавьте готовый соус, приправьте соком половинки лимона.

Отварите спагетти. Выложите их на тарелку, а сверху — овощи и семгу в соусе. Посыпьте тертым сыром и украсьте зеленью. Приятного аппетита!





бискотти с орехами

ЧТО НУЖНО:

- **250 г** муки
- **250 г** сахара
- **1,5 ч. л.** разрыхлителя
- **3** яйца
- **50 г** сушеной клюквы
- **100 г** кураги
- по 50 г миндаля, фундука и фисташек
- цедра 1 лимона

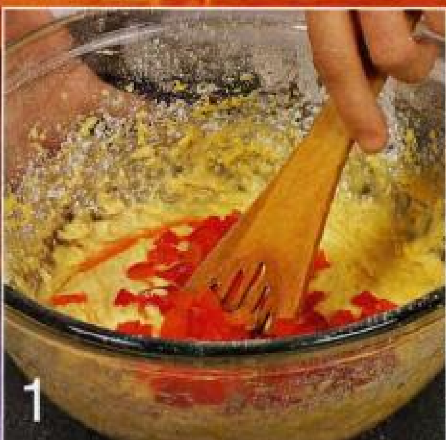
Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 10

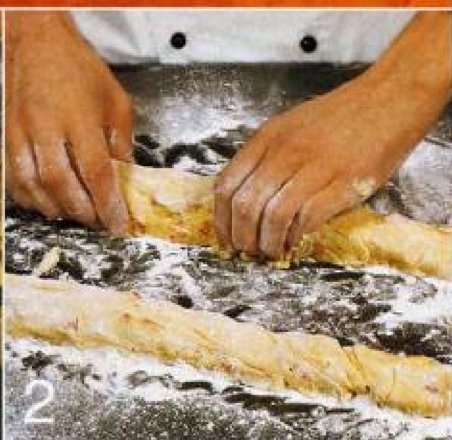
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Курагу и цедру измельчить. Просеянную муку смешать с сахаром и разрыхлителем, по одному вбить яйца. Вымесить тесто. Добавить клюкву, курагу, цедру и орехи, перемешать.

2 Разделить тесто на 6 частей. Скатать их в колбаски толщиной 3 см. Уложить на противень на расстоянии 6 см друг от друга. Поставить в разогретую до 180 °С духовку на 30 мин. Вынуть и дать остыть.

3 Нарезать бискотти кусками толщиной 1 см. Выложить кусочки на противень и вернуть в духовку еще на 8 мин. Перевернуть, печь еще 5 мин. Остудить на решетке.


1


2


3



сметанно-творожный торт с черносливом

ЧТО НУЖНО:

- **100 г** муки
- **3** яйца
- **0,5** стакана сахара
- **2 ст. л.** картофельного крахмала
- **1 ч. л.** разрыхлителя
- **250 г** мягкого творога
- **250 г** сметаны жирностью 20%
- **0,5** стакана сахара
- **200 г** чернослива без косточек
- **10 г** желатина
- **50 г** тертого шоколада

Время приготовления: 40 мин.
Порций: 10







ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Желатин замочить в 0,25 стакана холодной воды. Чернослив положить в миску, залить 0,5 стакана теплой воды. Яйца взбить с сахаром, добавить просеянную с крахмалом и разрыхлителем муку, перемешать и влить в круглую форму для выпекания. Выпекать в разогретой до 200 °С духовке 20 мин. Дать остыть, не вынимая из формы.

2 Чернослив нарезать небольшими кусочками. Настой процедить, влить в желатин и нагреть на водяной бане до полного растворения желатина.

3 Взбить сметану с творогом и сахаром, добавить желатин и чернослив. Перемешать и выложить на корж. Поставить в холодильник до полного застывания. Перед подачей вынуть из формы и посыпать шоколадом.



суфле из бананов и ананасов

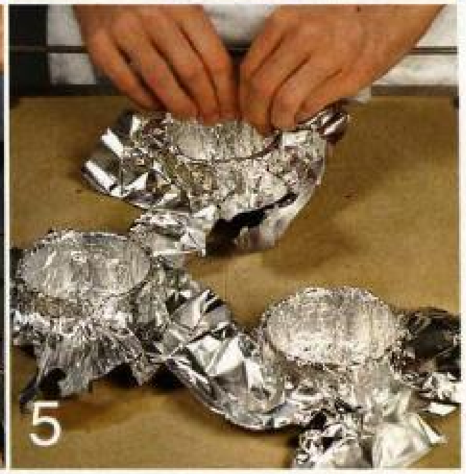
Время приготовления: 50 мин. + 2 часа
Порций: 6













ЧТО НУЖНО:

- **4** банана
- **1** стакан рыночного жирного творога
- **600 г** консервированных ананасов
- **1 ст. л.** желатина в гранулах
- **2** белка

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Замочить желатин в 100 мл воды, оставить на 20 мин. Бананы очистить, нарезать крупными кусками и положить в чашу блендера. Добавить творог

2 Кружки ананасов извлечь из банки, обсушить бумажными полотенцами. Отложить 6 кружков для украшения, остальные добавить в блендер.

3 Набухший желатин поставить на небольшой огонь. Прогревать, помешивая и не доводя до кипения, пока желатин полностью не растворится. Дать немного остыть.

4 Влить желатин в блендер с фруктами. Взбить до однородной массы. Выложить в миску. Белки взбить в плотную пену и аккуратно ввести в бананово-творожное пюре.

5 Небольшие формочки простелить фольгой, оставив по краям длинные концы; в качестве формочек можно использовать чайные или кофейные чашки.

6 Разложить полученную массу в формочки, разровнять поверхность. В каждую формочку положить сверху по кружку ананаса. Плотно накрыть концами фольги и поставить в холодильник на 2–3 ч. Перед подачей к столу вынуть суфле из формочек, потянув за свободные концы фольги, выложить на порционные тарелки.



СПОНСОР РЕЦЕПТА

десерт из апельсинов и грейпфрутов

ЧТО НУЖНО:

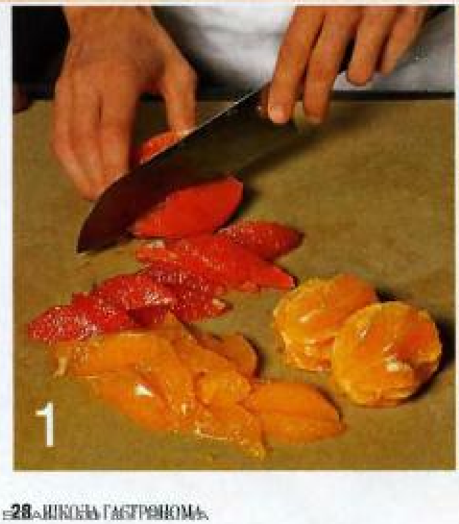
- **2** грейпфрута
- **3** апельсина
- **2 ст. л.** меда
- **6** листиков мяты

Время приготовления: 10 мин. + 15 мин.
Порций: 4

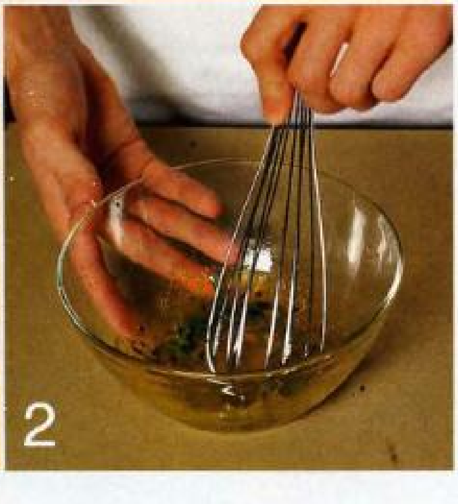
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Из одного апельсина выжать сок. Оставшиеся апельсины и грейпфруты очистить, острым ножом вырезать мякоть из пленок. Выложить на круглое блюдо рядами.

2 Мяту вымыть, обсушить и разобрать на листики. Измельчить их и смешать с апельсиновым соком и медом. Полить получившимся соусом фрукты и поставить в холодильник на 15 мин.



1



2

КСТАТИ

При высоком холестерине его излишки могут откладываться на стенках сосудов в виде бляшек. Это вызывает серьезные заболевания сердца. Ведущие научные институты России и Европы доказали, что, выпивая 1 бутылочку Данакор® в день в течение трех недель, вы сможете снизить уровень холестерина в крови на 10%. Дальнейшее регулярное употребление продукта поможет вам поддерживать холестерин на пониженном уровне.



садовник
в декабре

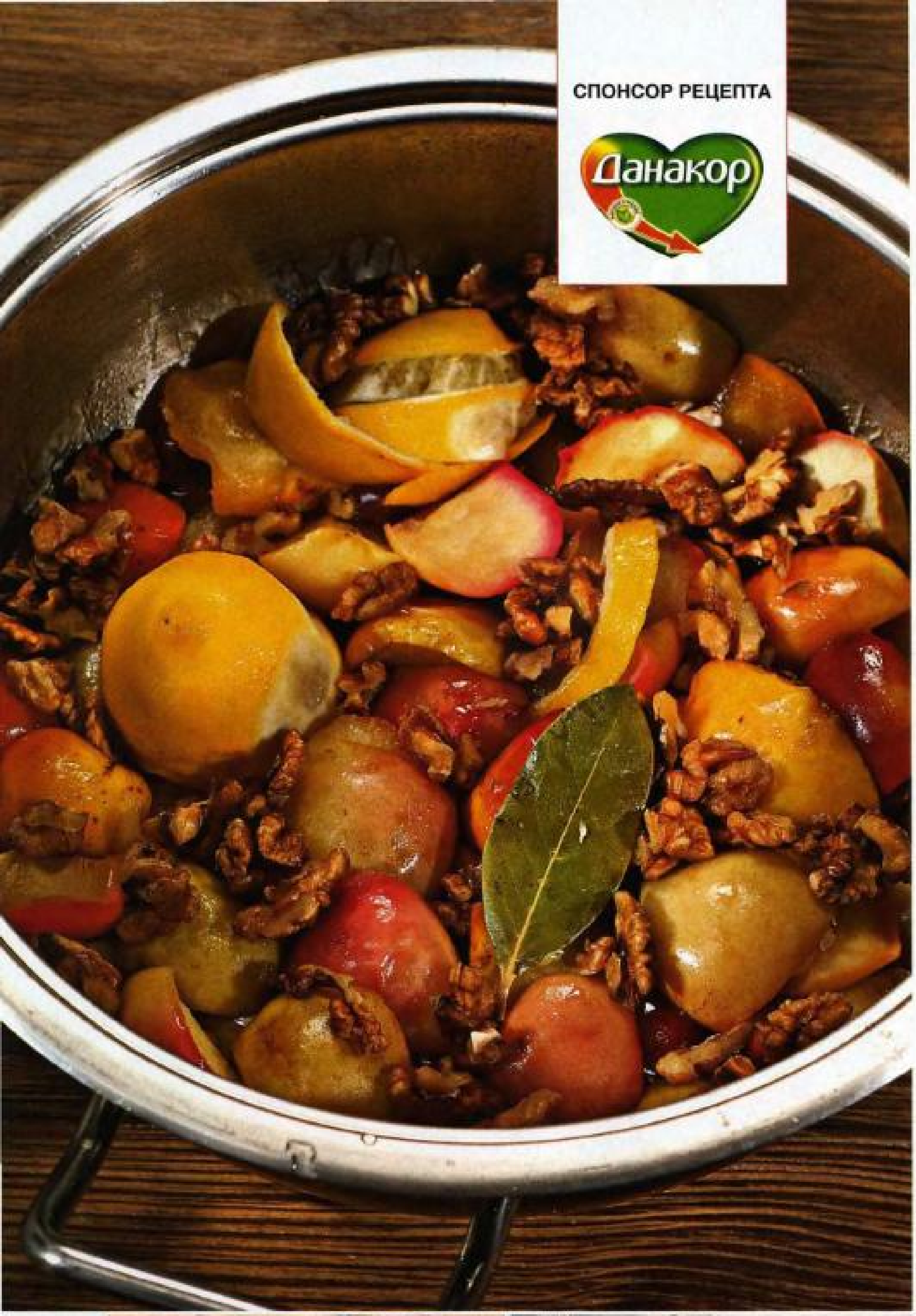


специальное приложение

семена-2010

- Ведущие российские и зарубежные семеноводческие компании
- Новые сорта овощей и цветов: тенденции, успехи
- Экспресс-многолетники
- Сеем газонные травы
- Учимся правильно выбирать семена
- Секреты проращивания
- Все о стимуляторах роста

СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ



яблочное варенье с грецкими орехами

ЧТО НУЖНО:

- **1 кг** яблок
- **175 г** сахара
- **1** лимон
- **1** лавровый лист
- **150 г** очищенных грецких орехов

Время приготовления: 30 мин.
Объем: 700 мл

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яблоки вымыть и нарезать ломтиками, удалив сердцевину. Орехи крупно порубить. Лимон разрезать пополам. Поместить яблоки в большой сотейник, добавить 50 мл воды, сахар и лавровый лист. Из половинок лимона отжать в яблоки сок, половинки тоже положить к яблокам. Перемешать, накрыть и готовить 10 мин.

2 Снять крышку, добавить орехи, увеличить огонь. Готовить, пока не выпарится почти вся жидкость. Удалить из варенья половинки лимона и лавровый лист.
Разложить по стерилизованным банкам.



1



2

КСТАТИ

Уровень холестерина нужно регулярно проверять, так как человек не ощущает его повышения. А еще лучше принимать профилактические меры.
Большая часть холестерина поступает в организм с пищей. Поэтому сбалансированное питание – это главный способ поддержания уровня холестерина в норме.





НАПИТКИ

чай с черносливом

ЧТО НУЖНО:

2 ч. л. черного чая
2 черносливины
500 мл воды

Время приготовления: 15 мин.
Порций: 2





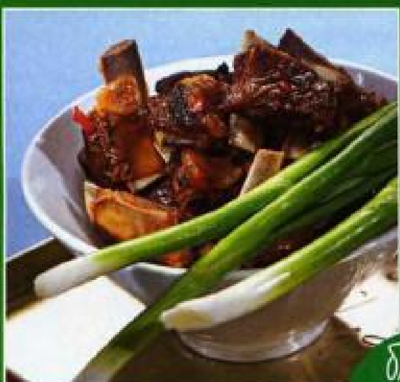
ЧТО ДЕЛАТЬ:

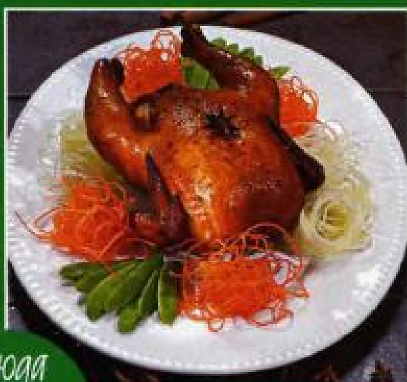
1 Чернослив вымыть, положить в небольшую миску и залить крутым кипятком. Через 10 мин. чернослив отбросить на сито и мелко нарезать.

2 Заварочный чайник обдать кипятком, положить чайную заварку и чернослив. Влить небольшое количество кипятка. Накрыть чайник и дать постоять 2 мин. Затем долить оставшийся кипяток.



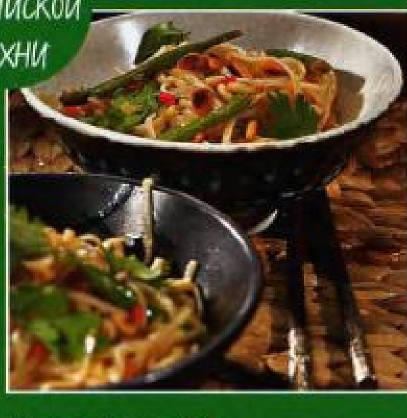
в следующих номерах журнала **«КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ»**





блюда китайской кухни





новый номер выйдет 1 ноября

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№ 21(143), ноябрь 2009
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ООО «Бонниер Пабликейшенз»

Адрес редакции: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2,
тел./факс: (495) 725-1070,
e-mail: mail@phbp.ru
www.gastronom.ru
www.gastromag.ru

Президент Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина
Шеф-редактор Андрей Захарин

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Ирина Лещенко
отв. секретарь Ольга Пахтусова
фотограф Вадим Жадько
бильдредактор Сергей Ткаченко
дизайнеры-верстальщики Максим Новрузов, Сергей Ткаченко
редакторы Александр Ильин, Алла Сергеева, Анна Туревская
веб-редакторы Екатерина Гурова, Юлия Товбина
корректоры Любовь Никифорова, Татьяна Певнева
повара-консультанты Олег Туркин, Константин Жук

Исполнительный директор Ольга Ткалич

Отдел рекламы:
директор по рекламе Марина Мамина,
заместитель директора Жанна Русакова,
Ольга Каткова,
Ольга Козырева,
Елена Кузьмичова,
Елена Матвеева,
тел.: (495) 725-1071

Отдел маркетинга:
директор Эльмира Нагаева,
Зоя Галишникова,
Надежда Лыжникова,
тел.: (495) 725-1070

Отдел дистрибуции:
директор Сергей Татаркин
менеджеры: Андрей Телингатер,
Александр Шалимов,
Наталия Писклина,
Татьяна Катрач,
Альфия Амеркаева,
тел.: (495) 725-1070
подписка Юлия Ремизова,
тел.: (495) 792-5562

Заместитель генерального директора по правовым вопросам Илья Иванов

Руководитель отдела IT Дмитрий Васильев

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев,
Игорь Долманов,
«Свет Компьютерс»,
тел.: (495) 795-0295

Предпечатная подготовка:
руководитель отдела Екатерина Панюшкина
Вера Давыдкина,
Светлана Кузина,
Любовь Попова,
Виктор Фролкин,
Олег Шифрин

Отдел спецпроектов
руководитель отдела Лариса Машталер
Ольга Гриценко,
Ольга Старикова

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 182 700 экз.
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС77-32210 от 09.06.2008 г.

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов.